Twenty FRESH 7

# ANGEBOTS MAGAZIN

## REZEPTE

**Aprikosen-Dessert**

**Fenchel-Orangen-Salat**

Obst, Gemüse & mehr

KW 33

# WIE BESTELLE ICH?

Wir schicken 1x die Woche den aktuellen Katalog in die WhatsApp Gruppe!

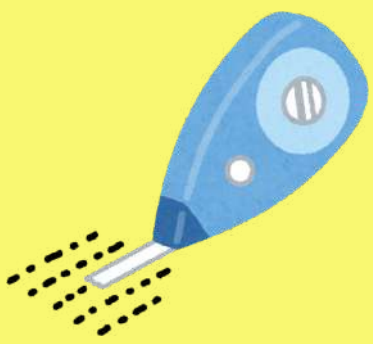
Suche dir deine Wunschartikel aus und bestelle direkt über die Gruppe, achte auf die genaue Angabe der gewünschten Artikel (z.B trocken oder frisch und die genaue Einheit) - Abholung erfolgt am darauffolgenden Tag - die Zeiten & Standort findest du immer in der Gruppenbeschreibung!

# BITTE BEACHTE:

Gib bei deiner Bestellung immer deinen Namen oder Spitznamen an, damit wir deine Bestellung zuordnen können!

wichtig

Wenn du deine Nachricht abgeschickt hast bitte NICHT mehr löschen oder bearbeiten!



Du möchtest etwas Nachbestellen oder deine Bestellung korrigieren?
Kein Problem - schick eine NEUE Nachricht in die Gruppe und schreibe vor deinem Namen NACHBESTELLUNG oder KORREKTUR! So stellen wir sicher, dass nichts untergeht oder doppelt läuft.

# BEISPIEL:

Max
1x Family Kiste
2er Erdbeeren
1x Bunte Kiste
16:35

Du
Max
1x Family Kiste
2er Erdbeeren

Nachbestellung für Max
1x Single Mix
16:36

# HILF MIT!

Du möchtest unser Projekt unterstützen?
Wir sind ständig auf der Suche nach neuen Ortschaften!
Du hast einen Stellplatz oder eine Garage die du uns einmal die Woche für ca. 2 Stunden zur Verfügung stellen könntest?
Spitze!
Schick uns eine WhatsApp an die
0176 84248438 oder 0176 72585845 und vielleicht sind wir bald schon in deiner Ortschaft!
Natürlich erhältst du im Gegenzug auch eine Wertschätzung von uns! :-)

SPECIAL OFFER

# RETTE & SPARE
# UNSERE WOW DEALS!

~~14,99€~~
5,90€

nicht mal 0,15€ pro Tüte!

## PAPRIKA CHIPS

GANZER KARTON 40 X 20G
MHD:21.10.2025

# RETTE & SPARE
# UNSERE WOW DEALS!

~~5,35€~~
2,90€

**kernlose Wassermelone**
1 Stück ca. 4-5kg

~~1,50€~~
1,50€

**Gourmet rote Zwiebeln**
1 kg

~~6,39€~~
2,50€

**Orangen**
ca. 3 kg

~~2,25€~~
1,20€

**1er dunkel Pflaumen**
1 x 500g

~~2,79€~~
1,50€

**Mix Trauben**
500g

~~2,99€~~
1,60€

**helle Trauben BIO**
400g

~~5,30€~~
1,30€

**MIRACEL WHIP VEGAN**
2 x 250ml
MHD: Ende Juli 2025

~~2,69€~~
1,20€

**Hela Tomaten Ketchup**
300ml
MHD: 31.08.2025

~~5,26€~~
3,50€

**Birkel DUO**
2 x 600g
MHD: ende des Jahres 2025

~~2,99€~~
1,50€

**Zitronen BIO**
500g

~~33,29€~~
5,90€

**Family Haribo Schlümpfe**
28 x 75g
MHD: 07/2025

~~4,98€~~
3,90€

**Pringles DUO**
2 x 165g
MHD:26.10.2025

~~33,29€~~
5,90€

**Family Haribo S´ghetti**
28 x 75g
MHD: 08/2025

Pflaumen,
Nektarinen,
Radieschen,
Cherrytomaten, &
Spitzkohl garantiert!

**16,90€**
ca. **11** kg*

# Family Mix

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!

**Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!**

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

# Single Mix

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!
Artikel wie z.B. Fenchel können vor Ort getauscht werden 😉

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

# Single Obst

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

# Single Gemüse

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

# Salat-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 80% so aussehen!

# Tokyo Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 80% so aussehen!

# Frühstück-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 80% so aussehen!

9,90€

# Red Jonaprince Apfel Kiste

14 Äpfel ca. 4,5kg

11 Artikel garantiert!

11,90€

# Kids Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **90%** so aussehen!

MHD: Sour Patch April 2025/ Rest ende Juli 2025 und Aufwärts!

13 Artikel garantiert!

7,90€

Warenwert ca. 16€

# Gummi Mix Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **100%** so aussehen!

MHD: Juli & August 2025

MHD tlw. überschritten aber getestet und garantiert gut!

14,90€

# Bunte Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **90%** so aussehen!

# Oreo Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
Sorte nach Verfügbarkeit!

MHD: Mini´s 22.07.2025 und original Anfang Juni 2025

# Chips Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
Sorte nach Verfügbarkeit!

# Noodles Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
Sorte nach Verfügbarkeit!

MHD: Buldak März 2025 rest August 2025

# WOHER KOMMT UNSERE WARE?

Liebe Retter,

Unsere Lebensmittel kommen direkt aus der Produktion, aus den Großhandel-Strukturen oder vom Regionalen Bauern.

In der Regel handelt es sich dabei um Artikel die nicht in den den Supermarkt kommen. Wir retten keine Ware aus “Containern“.
Vielmehr bieten wir Produkte an, die aus unterschiedlichen Gründen aussortiert wurden, wie etwa kleine Schönheitsfehler, zu krumm, zu lang, ein nicht ausreichendes Mindesthaltbarkeitsdatum oder einfache Etikettierungsfehler.

**Es handelt sich jedoch um vollständig genießbare und wertvolle Lebensmittel, die der Norm nicht entsprechen, aber dennoch qualitativ hochwertig sind.**

Indem ihr bei uns einkauft, tut ihr nicht nur eurem Geldbeutel etwas Gutes, sondern unterstützt auch aktiv die Umwelt. Gemeinsam vermeiden wir unnötige Verschwendung und sorgen dafür, dass diese Produkte ihren Weg auf eure Teller finden, anstatt in den Müll zu wandern.

Danke, dass ihr ein Teil dieser Bewegung seid und mit uns einen Beitrag zur Lebensmittelrettung leistet!

Mahsum & William

# WE ARE FAMILY

5,90€

**Family - Fenchel**
ca. 5 kg

WOW!

5,90€

**Family - BIO Pflaumentomaten**
ca. 9 x 250g

5,90€

**Family - Pfirsich XL**
ca. 3 kg

~~39,69€~~
9,90€

**Family - Haselnusskerne gehobelt & geröstet**
21 x 100g
MHD: 04.09.2025

13,90€

**Family - Aprikosen**
10 x ca. 1kg

14,90€

**Family - Saftorangen**
ca. 15 kg

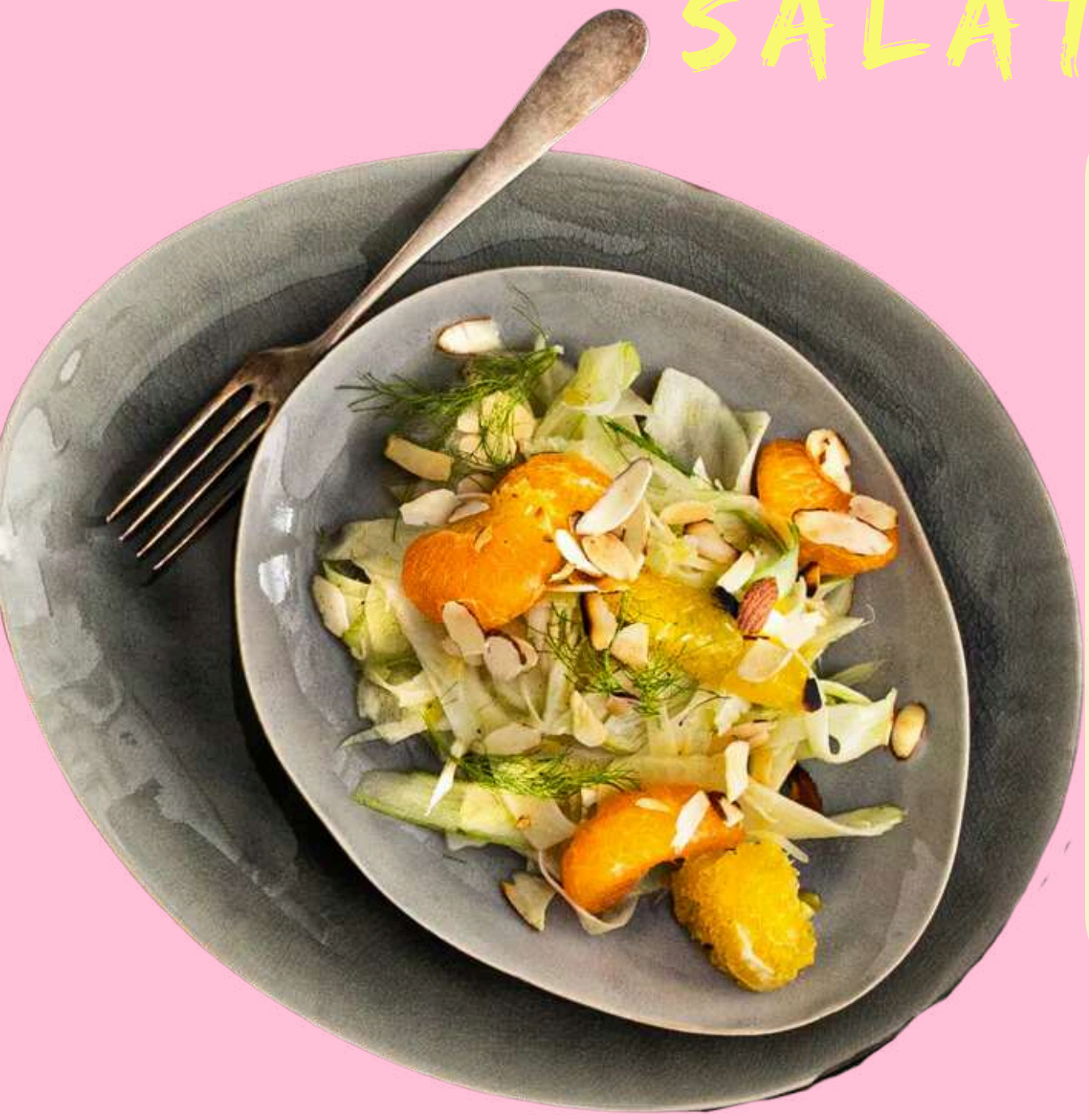
9,90€

**10er dunkel Pflaumen**
10 x 500g

11,90€

**Family - Nektarinen**
ca. 7 kg

# FENCHEL-ORANGEN-SALAT



**Für 4 Portionen:**

**Für den Salat:**
700g Fenchelknolle
2 Orange, unbehandelt
2 Clementinen
1 Prise Muskatnuss, frisch gerieben
1 Prise Grobes Salz
80g Mandeln, gehobelt

**Für das Zitronen-Dressing:**
1 Zitrone, unbehandelt
1 Vanilleschote
2 EL Balsamico Bianco-Essig
2 EL Honig
8 EL Olivenöl
1 Prise Grobes Salz
1 Prise Pfeffer, gemahlen

1. Fenchelknollen putzen und längs in dünne Scheiben schneiden. Fenchelgrün abtrennen, waschen und trocken tupfen. Orangen waschen, trocken tupfen, die Schale einer Orange abreiben und den Abrieb beiseitestellen. Orangen und Clementinen schälen, die weiße Haut vollständig entfernen, anschließend die Orangen und Clementinen filetieren.

2. Fenchelscheiben mit einer Prise frisch geriebener Muskatnuss und grobem Salz vermengen. Mit Orangen- und Clementinenfilets anrichten. Fenchelgrün klein zupfen und über den Salat streuen.

3. Für das Zitronen-Dressing Zitrone waschen, trocken tupfen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark auskratzen. Zitronensaft, Balsamicoessig und Honig mit dem Orangen- und Zitronenabrieb sowie dem Vanillemark in ein hohes Rührgefäß geben. Das Olivenöl langsam hineingießen und gleichzeitig mit einem Stabmixer pürieren, bis eine Emulsion entstanden ist. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Mandelblättchen in einer beschichteten Pfanne, ohne Zugabe von Öl, goldbraun rösten und über dem Salat verteilen. Mit Zitronen-Dressing beträufeln und servieren.

**Guten Appetit!**

# GREEN CHOICE

1,50€

**Wirsingkohl**
ca. 1,5kg

1,00€

**Mix Baby Perlzwiebeln Mix**
350 g

~~1,99€~~
1,70€

**Knoblauch getrocknet**
ca. 250g

1,30€

**Butternut Kürbis**
1 Stück

1,00€

**Radicchio**
1 Stück

2,00€

**BIO Cherrypflaumen Tomaten DUO**
300g

1,20€

**Spitzkohl**
1 Stück, klein

~~3,98€~~
1,90€

**Staudensellerie DUO**
2 x Bund
Perfekt für SellerieSaft oder Smoothies

1,20€

**Porree TRIO**

1,60€

**Salatgurken DUO**
2 Stück

# APRIKOSEN-DESSERT

**Für 4 Portionen:**

800g reife Aprikosen
1 Vanilleschote
1 EL Zitronensaft
1½ EL Zucker
600g Magerquark
100 ml
Sahne

1. Aprikosen waschen, halbieren, den Stein entfernen und grob schneiden, dabei 1 Aprikose geachtelt zur Seite legen. Vanilleschote längs halbieren und das Mark mit einem scharfen Messer herauskratzen.

2. Aprikosen-Stücke mit dem Zitronensaft, einem halben EL Zucker und 2 EL Wasser in einen Topf geben und bei mittlerer Hitze 5-6 Minuten köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren und die ausgekratzte Vanilleschote dazugeben. Sobald die Aprikosen weich sind, vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

3. Magerquark mit dem restlichen Zucker und dem Vanillemark verrühren. Sahne steif schlagen und unter die Quark-Creme heben. Vanilleschote aus dem Topf nehmen und Aprikosen fein pürieren.

4. 4 Dessertgläser bereitstellen und je die Hälfte des Aprikosenpürees einfüllen. Darauf die Hälfte der Quark-Sahne-Creme geben und in alle Gläser jeweils noch eine Schicht Aprikosenpüree und Quark-Creme schichten. Jedes Glas mit 2 Aprikosenstücken belegen und das Aprikosen-Dessert bis zum Verzehr kühl stellen.

**Guten Appetit!**

# SWEET & JUICY

2,50€

**Red Jonaprince TRIO**
Neue Ernte, aus
dem alten Land!

2,50€

**Nektarinen**
ca. 1,5kg

1,90€

**Grapefruit DUO**
große Früchte

1,50€

**1er Trauben dunkel kernlos**
500g

~~7,47€~~
2,50€

**Saftorangen**
ca. 3kg

3,00€

**3er Trauben dunkel kernlos**
3 x 500g

1,90€

**1er Aprikosen**
1 kg

1,50€

**WassermelonenPflaumen**
1 Stück

4,90€

**3er Aprikosen**
3 x 1 kg

~~2,99€~~
1,90€

**Pfirsich**
ca. 1kg

# OBST & GEMÜSE RICHTIG WASCHEN!

So gehts:

1. 1 EL Natron in einem Liter Wasser auflösen.
2. Obst, Salat oder Gemüse in die Mischung geben und für 15-20 Minuten einweichen.
3. 0,25 l Haushaltsessig und den Saft einer halben Zitrone hinzufügen. Die Mischung nochmals kurz einwirken lassen, bis sie aufhört zu blubbern.
4. Anschließend unter klarem Wasser abspülen.

Du wirst überrascht sein, denn manchmal bildet sich danach auf der Wasseroberfläche ein undurchsichtiger Film. Das sind die Substanzen, die du bestimmt nicht auf deinem Obst/Gemüse haben willst und die ausgeschwemmt wurden.

# Tierische Freunde

# FÜR TIERE

4,90€

**Tierkiste - Mini Romanasalatherzen**
6 x 4er
gute Qualität

3,90€

**Tierkiste - Rucola**
12 x 125g

4,90€

**Tierkiste - Baby Spinat**
8 x 150g

9,90€

**Tierkiste - Spinat**
5kg

7,90€

**Tierkiste - Endiviensalat**
9 Stück
gute Qualität

# WIR RECYCELN!

Wir nehmen alle Kartons und sonstiges Verpackungsmaterial wie Plastik oder Papierschalen, die noch in gutem Zustand sind,

mit Kusshand zurück.

Einfach bei eurer nächsten Abholung bei uns abgeben.
Vielen Dank!

REDUCE
REUSE
RECYCLE

# Trockenartikel

# CLEAN VIBES

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
**6,90€**

**Rosenblüten & Morgentau Omo**
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
**6,90€**

**Marseille-Seife & Frühlingsblüten Omo**
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,14€** pro Tab!

~~41,96€~~
**24,90€**

**Omo Quartett**
Waschmittel-Pods
Jede Sorte 1 x
4 x 42 Tabs (4 x 840g)

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
**6,90€**

**Lavendel & Eukalyptus Omo**
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
**6,90€**

**Weiße Orchidee & Minze Omo**
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

# SNACK & STOCK

~~4,58€~~
2,90€

**Corny Nussvoll**
**Dreierlei Nuss & Karamell DUO**
2 x 96g
MHD: 17.09.2025

1,30€

**Frischhaltefolie**
50m

5,90€

**Buldak Hot Chicken Flavor**
10 x 145g
MHD: 15.08..2025

# SNACK ATTACK

~~3,78€~~
**1,50€**

**Haselnusskerne DUO**
**gehobelt & geröstet**
2x 100g
MHD: 04.09.2025
zum backen oder für´s Müsli

~~8,97€~~
**3,90€**

**3er Nut Perfect**
**Mandel-Kokos-Mango-Mix**
100g
MHD: 05/2025

~~7,47€~~
**3,30€**

**3er Mini Feigen**
3 x ca. 250g
MHD: 03.10.2025

~~34,86€~~
**9,90€**

**14er Mini Feigen**
14 x ca. 250g
MHD: 03.10.2025

# MHD!

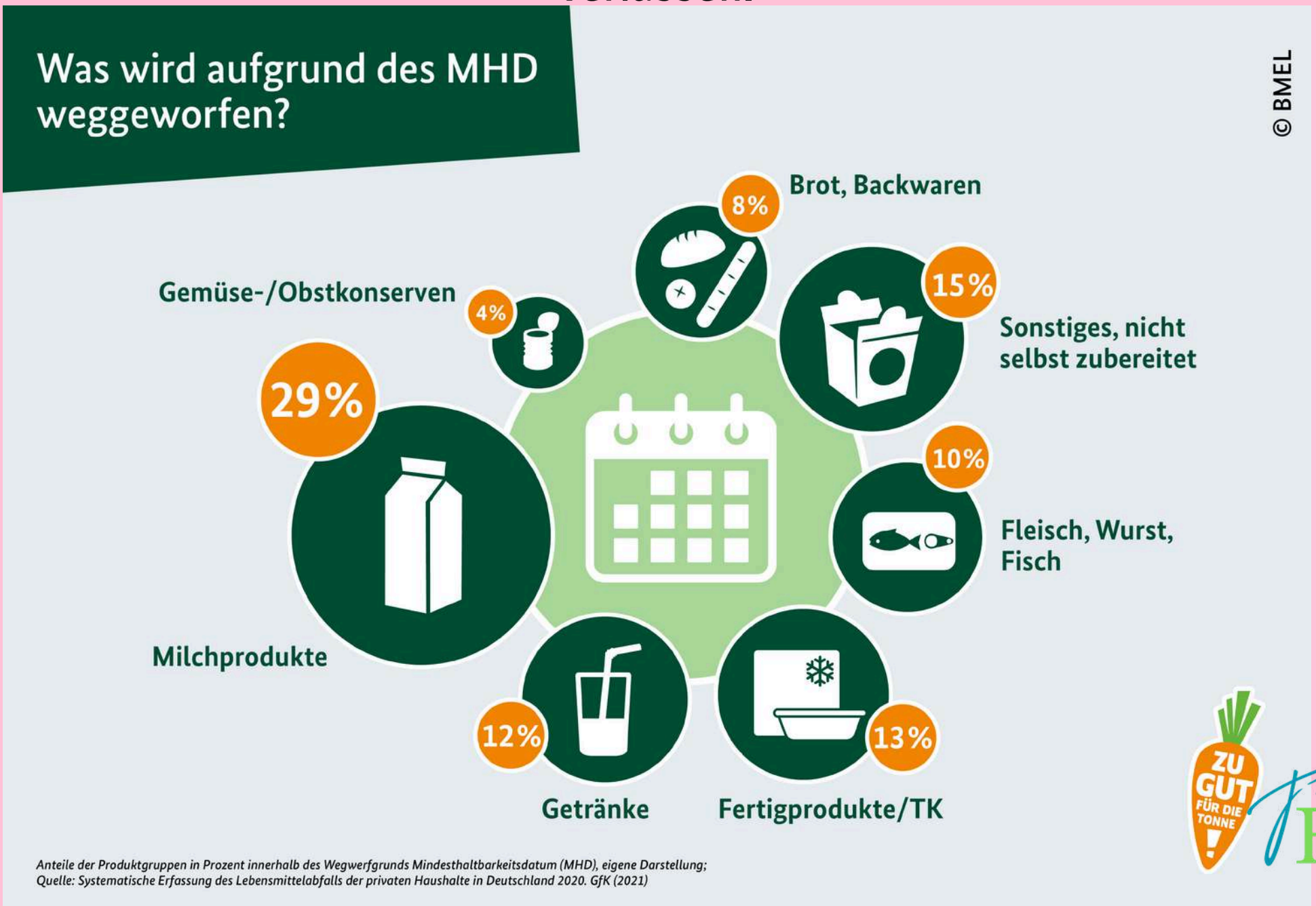
Entgegen der weit verbreiteten Annahme, das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) sei ein Verfallsdatum, dient es in Wirklichkeit als Orientierungshilfe. Es gibt an, bis zu welchem Datum ein ungeöffnetes Lebensmittel seine typischen Eigenschaften wie Geschmack, Farbe oder Nährwerte garantiert behält – vorausgesetzt, es wird korrekt gelagert.

Lebensmittel mit abgelaufenem MHD sind also nicht automatisch verdorben und können fast immer noch genießbar sein. Dennoch sollten Sie vor dem Verzehr überprüfen, ob das Produkt noch in einwandfreiem Zustand ist. Verlassen Sie sich dabei auf Ihre Sinne: Lebensmittel, die ungewöhnlich riechen, schmecken oder ihre Farbe verändert haben, sollten nicht mehr verzehrt werden.

Besondere Vorsicht ist beim sogenannten Verbrauchsdatum geboten! Dieses Datum wird auf besonders leicht verderblichen Lebensmitteln wie Hackfleisch angegeben und lautet: „Zu verbrauchen bis…“. Nach Ablauf dieses Datums sollte das Produkt entsorgt werden, um gesundheitliche Risiken zu vermeiden.

Wird ein Artikel ordnungsgemäß gelagert, kann er oft noch Monate, in einigen Fällen sogar 1–2 Jahre nach Ablauf des MHD, genießbar sein.

Bei uns werden alle Artikel gründlich geprüft, bevor sie das Lager verlassen.



# Candy Shop

Jetzt gibts was zu Naschen!

# SWEET & SALTY

~~3,57€~~
**2,90€**

**Ballz TRIO**
3 x 75g
MHD: 20-23.08.2025

~~15,48€~~
**5,90€**

**12er Bubble Gum**
12 x 75g
MHD: 23.08.2025

~~15,48€~~
**5,90€**

**12er Cheese Jalapeño**
12 x 75g
MHD: 20.08.2025

~~15,48€~~
**5,90€**

**12er Sucuk**
12 x 75g
MHD: 21.08.2025

# SWEET & SALTY

3,90€

**Pringels Tomato flavor**
110g
MHD: 26.06.25

4,90€

**Cravingz Trio**
2x100g
1x150g
Mhd 29.08.2025

2,90€

**Takis Nacho**
MHD: 08.06.25

2,90€

**Suntjens Winegums DUO**
2 x 130g
MHD: 31.10.2025

1,90€

**Hershey´s Mini Cookies**
MHD: 10.01.2025

1,90€

**ToffeeCrisp**
4 x 31g (124g)
MHD: 06/2025

3,50€

**Twix white**
10 x (2x23g)
MHD: 18.08.2025

5,50€

**Cola Schlangen**
**1 kg**
MHD: 12.01.2026

4,50€

**Katjes MIX**
700g
MHD: 07.2026

# SWEET & SALTY

~~3,87€~~

**1,50€**

**3er Haribo Schlümpfe**

3 x 75g

MHD: 07/2025

~~3,87€~~

**1,50€**

**3er Haribo S´ghetti**

3 x 75g

MHD: 08/2025

# SWEET & SALTY

**4,90€**

**Zozole Mix**
5 x 75g
MHD: April 2027

**3,90€**

**3er Dinos**
3 x 60g
MHD: Dezember 2025

**4,90€**

**Sponjy Cake Trio**
3 x 200g
MHD: 07.11.2025
Sorte nach Verfügbarkeit!

**3,90€**

**4er Dipple Ring'z Zwiebelringe**
4 x 65g
MHD: 10.03.**2026**

**19,90€**

**Family Dipple Ring'z Zwiebelringe**
26 x 65g
MHD: 10.03.**2026**

**2,90€**

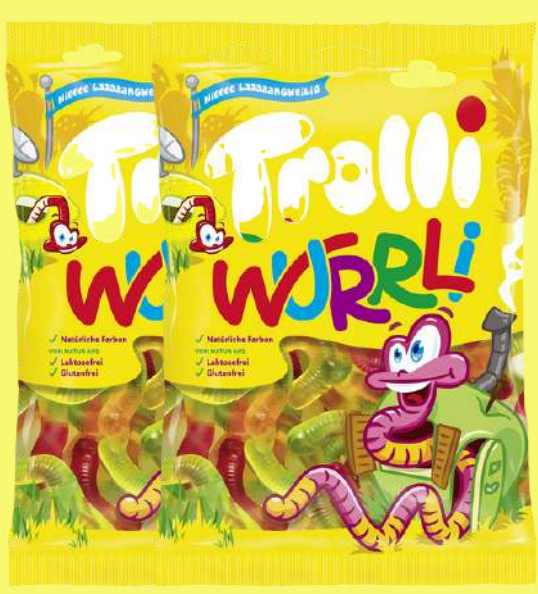
**Bonbon Mix**
3 x 75g
MHD: Juni 2026
Sorte nach Verfügbarkeit!

**14,90€**

**Family Vollmilch Schokolade**
21 x 100g
MHD: Juli 2026

**1,90€**

**Vollmilch DUO**
2 x 100g
MHD: Juli 2026




**1,90€**

**Trolli DUO**
2 x 100g
MHD: 18.09.2025

**3,90€**

**Kinder Creamy 5 Stück**
MHD: 29.05.2025

~~7,74€~~
**3,90€**

**Krambals XL TRIO**
3 x 140g
MHD: 11.08.2025

LEMON
lager
Juicy
GRAPE
FRUIT
fresh
milk
shake
Blueberry
STRAW
BERRY
CHERRY BERRY
appl
SUMMER
cocktail

# Drinks

# LIQUIDS

~~10,99€~~
**6,90€**

**Small Family 4Bro Eistee Zitrone**
8 x 500ml
MHD: ende Juli 2025

~~10,32€~~
**2,90€**

**Big Family 4Bro Eistee Zitrone**
8 x 1L
MHD: ende Juni 2025

~~2,58€~~
**1,00€**

**DUO 4Bro Eistee Zitrone**
2 x 1L
MHD: ende Juni 2025

**8,90€**

**Ozean bomb Gohan Traube**
10 x 330 ml
MHD: 02.08.2025
**Preis zzgl. 2,50€ Pfand**

**12,90€**

**ROTER Apfelsaft**
aus rotfleischigen Kissable Äpfeln
5l, MHD: 12.12.2025

**3,90€**

**Kato - Melonensaft**
6 x 320 ml
MHD: 08/2025
**Preis zzgl. 1,50€ Pfand**

**3,90€**

**Kato - Erdbeersaft**
6 x 320 ml
MHD: 08/2025
**Preis zzgl. 1,50€ Pfand**

# RETTEST DU SCHON?

Du möchtest mit uns Lebensmittel retten, weißt aber nicht wo?

Kein Problem, schick uns einfach eine WhatsApp an die
0176 84248438 (William) oder
0176 72585845 (Mahsum) mit deinem Wohnort und wir schicken dir alle Details zum  Standort in deiner Nähe!

Impressum
Welk,William & Kara, Mahsum GbR
Niedernstraße 12
33602 Bielefeld